

Program terapeutyczny
„Pomoc młodym osobom z niepełnosprawnością”

GRUPA WSPARCIA TERAPEUTYCZNEGO

Dla osób z niepełnosprawnością
w wieku 18-34



Jeśli potrzebujesz:

- Zmniejszyć poczucie osamotnienia i izolacji
- Tworzyć bezpieczne i satysfakcjonujące relacje z ludźmi
- Zdobyć wiedzę na temat przeżywanych problemów oraz ich konsekwencji dla siebie i bliskich
- Wzmocnić własne konstruktywne strategie radzenia sobie z trudnymi sytuacjami
- Poznać swoje zasoby i ograniczenia
- Nauczyć się wyrażania swoich emocji , potrzeb, zaznaczania osobistych granic psychologicznych
- Dzielić się swoimi przeżyciami i przemyśleniami na temat własnych doświadczeń

Gdzie: Towarzystwo Pomocy Młodzieży,
ul. Nowolipki 2, Warszawa

Kiedy: Czwartek 16.00 – 18.00

Czas trwania: 10 miesięcy

Prowadzące:

Renata Pijarowska - psychoterapeutka, trenerka umiejętności psychospołecznych, coach

Monika Gajdzik - psychoterapeutka, psychiatra

Informacje i zapisy:

www.tpm.org.pl, tpm@tpm.org.pl, 22 887 88 05

Oferta nieodpłatna **Ilość miejsc ograniczona**

W ramach programu „**Pomoc młodym osobom z niepełnosprawnością**” można skorzystać również z:

- indywidualnej pomocy psychologicznej
- warsztatów umiejętności społecznych i aktywizacji zawodowej
- konsultacji psychiatrycznych

Warunki skorzystania z oferty:

- wiek: 18-34 lata
- aktualne orzeczenie o niepełnosprawności lub orzeczenie równoważne (ZUS, orzeczenie o grupie inwalidzkiej)
- miejsce zamieszkania na terenie woj. Mazowieckiego

25
TATI

**PROMOCJI ZDROWIA
PSYCHICZNEGO
MŁODZIEŻY**

TPM
Towarzystwo Pomocy Młodzieży



*Projekt współfinansowany ze
środków Państwowego
Funduszu Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych*

